

Salsa de Queso Vegana para Nachos



Prep:

5 minutos

Total:

20 minutos

Sirve:

3 tazas, aproximadamente 6 raciones

Pieza:

Blender

1 ½ Qt./1.4 L Sauce Pan with Cover

Valora: ★★★★★

Contribuido por:

Katherine Lawrence

Profesora de cocina, chef del programa de televisión VegNews e instructora de nutrición

[Agregar un Comentario](#)

Descripción de la Receta:

Esta salsa de queso no tiene colesterol, ni lácteos. ¡Es perfecta para picar mientras ves el partido! También puedes añadir tomate cortado en cuadritos o salsa de tomate.

2½ tazas de
agua
(595
ml)
1 taza de
anacardos crudos sin sal
(130
g)
2 cucharaditas de
chile en polvo
(10
g)
1½ cucharadita de
sal
(7.5
g)
½ cebolla cruda, o 2 cucharaditas de cebolla en polvo (10 g)
4 dientes de ajo, o 1 cucharadita de ajo en polvo (5 g)
1 cebolleta
⅓ taza de
levadura nutricional
(16
g)

Preparación :

1. Pon todos los ingredientes en la batidora y bate hasta que quede suave.
2. Pon la mezcla en un cazo y cocina a fuego medio-bajo durante 15 - 20 minutos, o hasta que adquiera la consistencia deseada. Remueve frecuentemente para deshacer grumos. Sirve caliente.
3. Si lo deseas, puedes añadir tomate cortado, cilantro, pico de gallo o jalapeños.

Información nutricional por ración

▼

Calorías:	142
Grasa Total:	10g
Grasa	2g
Saturada:	
Colesterol:	0mg
Sodio:	598mg
Carbohidratos:	10g
Fibra	2g
Dietética:	
Azúcar:	2g
Proteína:	6g
